

Märkische Allgemeine

Kyritzer Tageblatt

Sonnabend/Sonntag, 10./11. Dezember 2022 | KYR - A 09384

Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland

Nr. 288 | 49. Woche | 77. Jahrgang | 2,80 €



Reichste Ente der Welt wird 75

Der Geizhals Dagobert Duck feiert Geburtstag.

wochenende

MAZ

THEMEN DES TAGES

KYRITZ

Viele Vereine, aber keine Vielfalt

Sport, Angeln, Schützen, Kleintierzucht, Dorfleben: Im Landkreis Ostprignitz-Ruppin gibt es etliche Vereine. Doch die Bandbreite ist im Brandenburgvergleich eher gering – das ergab die MAZ-Umfrage „Familienkompass“. **Seite 17**

STRECKENTHIN/NEUSTADT

Verkehrsminister will Bahnstrecken erhalten

Ein Bekenntnis, Bahnlinien zu erhalten, gab Infrastrukturminister Guido Beermann beim Streckenthiner Abendbrotgespräch. Er freut sich nach eigenem Bekunden auf die Fahrt mit der RB 73/74 von Neustadt bis Mecklenburg. **Seite 21**

BLICKPUNKT

Cannabis ist vor allem für junge Gehirne ein Problem

Die ersten US-Bundesstaaten, die Cannabis legalisiert haben, sind die ersten, in denen die Begeisterung abflaut. Wegen der hohen THC-Konzentration entwickeln immer mehr jugendliche Konsumenten Wahnvorstellungen. **Seiten 2, 3**

PANORAMA

Boris Becker droht in Deutschland keine Strafe

Ex-Tennis-Star Boris Becker droht im Falle einer Abschiebung aus britischer Haft nach Deutschland keine weitere Strafe. Britischen Medienberichten zufolge stehen Beckers Freilassung und umgehende Abschiebung kurz bevor. **Seite 28**

RUPPINWETTER

SA	SO	MO
-1° -5°	-2° -4°	-1° -4°

Redaktion 0331 | 2840-0
Vertrieb 0331 | 2840377
Anzeigen 0331 | 2840366
AboPlus-Service 0331 | 2840355
E-Mail kontakt@MAZ-online.de
www MAZ-online.de

f @MAZonline **t** @MAZ_online

Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland



Gesundes Essen leicht gemacht

Franziska Kramer hat sich in Dannenwalde ein kleines Studio eingerichtet. Dort vermittelt sie ihr Wissen rund um Ernährungsberatung – mit dem Schwerpunkt Ayurveda. **Seite 18**



FOTO: MATTHIAS ANKE

Stübgen gibt CDU-Vorsitz ab, will aber Minister bleiben

Personalwechsel in Brandenburg: Redmann als Nachfolger im Gespräch

Von Igor Göldner

Potsdam. Die CDU in Brandenburg, die mit SPD und Grünen seit drei Jahren das Land regiert, wird sich im kommenden Jahr personell neu aufstellen – ohne Michael Stübgen in der Führung. Der Landesvorsitzende will im März kommenden Jahres bei der Neuwahl der Parteitagsversammlung nicht erneut für dieses Amt kandidieren. Das gab der 63-Jährige gestern in Potsdam auf einer Sitzung des Landesvorstands bekannt. Er will aber Innenminister und stellvertretender Ministerpräsident im rot-schwarz-grünen Kabinett bis zum Ende der Wahlperiode 2024 bleiben, wie er ankündigte. Eine eigene Schwächung durch den Verzicht auf den Parteivorsitz sieht Stübgen nicht. Er versicherte in Richtung SPD und Grüne, dass es in der Koalition „so bleibt wie es ist“. Stübgen: „Das will ich garantieren.“ Stübgen, der die Landespartei seit November 2019 führt, begründete seinen Schritt mit einem nötigen „Generationswechsel“ an der



Ich habe es in den drei Jahren geschafft, die CDU ruhig zu halten. Das ist schon viel wert.

Michael Stübgen,
CDU-Landeschef und
Innenminister

Spitze der Partei. Er äußerte zugleich die Hoffnung, dass der Wechsel „erstmalig ohne Brüche“ in der Partei stattfinden soll. Stübgen spielt damit auf die heftigen internen Grabenkämpfe an. In den vergangenen zehn Jahren hatte die CDU vier Vorsitzende. Als persönlichen Erfolg sieht er an, dass es in der CDU in den drei Jahren unter seiner Führung „ruhig“ geblieben sei. „Das ist schon viel wert.“

Mit seinem Schritt, nicht mehr für den Parteivorsitz zu kandidieren, ist auch klar, dass Stübgen nicht der nächste Spitzenkandidat der CDU bei der Landtagswahl 2024 sein wird. Über seine Nachfolge als Parteichef ist noch nichts entschieden. Alles läuft aber auf den Fraktionschef im Landtag, Jan Redmann (43), hinaus. Redmann wollte sich gestern nicht zu einer möglichen Kandidatur äußern. Er verwies auf das vereinbarte Verfahren, wonach eine Nominierung nur über einen Kreisverband oder eine Landesvereinigung möglich ist. Sollte Redmann Landeschef werden, wäre er auch

erster Anwärter für die Spitzenkandidatur.

Der Landesvorstand der CDU beschloss gestern, erstmals in seiner Geschichte eine Mitgliederbefragung nach dem Vorbild der Bundespartei abzuhalten. Diese soll von Ende Januar bis Anfang März stattfinden – auch, wenn es nur einen Kandidaten gibt. Die CDU hat derzeit rund 5500 Mitglieder im Land.

Stübgen hatte den Spitzenposten in der Landespartei, die nach der Niederlage bei der Landtagswahl im September 2019 zerstritten war, übernommen. Der langjährige Bundestagsabgeordnete galt als Kompromisskandidat, der von den Lagern in der Partei weitgehend akzeptiert wurde. Zuvor war Parteichef Ingo Senfleben zurückgetreten. Stübgen führte die CDU in die Koalitionsverhandlungen und nach zehn Jahren Opposition wieder in eine Landesregierung – in die erste rot-schwarz-grüne Koalition im Land. Sein Bundestagsmandat, das er seit 1990 innehatte, legte er nieder und wurde Innenminister. **Seite 9**

Große Spende für Kyritzer Tafel

Kyritz. Die Helfer der Lebensmittelausgabe für Bedürftige am Kyritzer Bahnhof erhielt gestern ungewohnte Unterstützung: Die Bürgermeister von Kyritz, Backwaren und Gemüse, Backwaren, Käse und Wurst, Milchprodukte und vieles mehr.

Zu tun gab es genug: Kistenweise Spenden vor allem aus dem Einzelhandel mussten gesichtet und sortiert werden – darin Obst und Gemüse, Backwaren, Käse und Wurst, Milchprodukte und vieles mehr. Die Verwaltungschefs der Kleeblatt-Kommunen waren nicht mit leeren Händen gekommen: 2000 Euro übergaben sie der GAB. Auch die MAZ-Stern-taler helfen. **Seite 15**

Kroatien gewinnt WM-Krimi

Al-Rajjan. In einem spannenden WM-Viertelfinale setzte sich gestern Kroatien gegen Titelfavorit Brasilien durch. Im Elfmeterschießen gewann die Mannschaft von Zlatko Dalic mit 4:2. Nach der regulären Spielzeit, die Brasilien dominierte, ging es beim Stand von 0:0 in die Verlängerung. Dort erzielte zunächst Superstar Neymar die Führung für Brasilien, bevor Bruno Petkovic in der 117. Spielminute den Ausgleich für die Männer vom Balkan sicherte. Im anschließenden Elfmeter-Krimi zeigten die Südamerikaner Nerven und verschossen zwei Elfer. **Sport**

Fluglinien prüfen Schadenersatz

Lufthansa erwägt rechtliche Schritte nach BER-Blockade – Debatte um Sicherheit

Schönefeld. Nach der Blockade des Flughafens BER durch Klimaaktivisten prüfen die Airlines der Lufthansa Gruppe, darunter auch Eurowings und Swiss, Schadenersatzansprüche. Das teilte eine Sprecherin auf Anfrage mit. Bei der ersten Blockade

am 24. November waren 33 Flüge der Unternehmensgruppe mit rund 3000 Passagieren betroffen. Sie wurden umgeleitet oder verzögerten sich. Ein Flug von Eurowings musste gestrichen werden, die Passagiere wurden umgebucht. Zur Schadenssumme

wollte sich Lufthansa nicht äußern. Betroffen waren außerdem Ryanair, Austrian Airlines, Air France und Finnair. Am Donnerstag waren Aktivisten der Gruppe „Letzte Generation“ erneut durch den Zaun auf das Flughafengelände gelangt. Der

Flugverkehr musste diesmal nicht unterbrochen werden. Um die Sicherheit von Flughäfen ist eine Debatte ausgebrochen. Ein hundertprozentiger Schutz eines fast 30 Kilometer langen Zauns sei unmöglich, heißt es aus der Branche. **gel Seite 10**

Jetzt in Teltow Probe fahren! Alfa Romeo Tonale Automatik

Ohne Anzahlung & sofort verfügbar!
Mit Klimaautomatik, Navi, Parksensoren, Sport-Lederlenkrad & 18-Zoll-Leichtmetallfelgen!

299€* monatliche Leasingrate



Alfa Romeo Tonale Sprint Sprint 1.5 T Benziner 130PS Automatik Frontantrieb - EURO 6D-Final - 96 KW (130 PS) - Benzin - 4 Jahre Herstellergarantie ohne KM - Klimaautomatik, zwei Zonen - Alfa Connect 10.25" mit DAB-Radio, Bluetooth-Freisprecheinrichtung und -Audiostreaming - Smartphone-Integration - 18-Zoll-Leichtmetallfelgen - Hi-Fi-Audiosystem mit 6 Lautsprechern - Intelligent Adaptive Cruise Control - Dachhimmel in schwarz - Ambientebeleuchtung (einstellbar) - Voll-LED-Scheinwerfer, LED-Rückleuchten - zzgl. 999 € für Überführungskosten - mtl. Leasingrate 299 € - Anzahlung 0 € - Laufzeit 60 Mon./101 km/Jahr - ein Angebot der König Leasing GmbH (10829 Berlin, Kolonnenstr. 31) - Abbildung zeigt Sonderausstattungen Gesamtverbrauch (l/100 km): kombiniert 5,9; CO₂-Emissionen (g/km): kombiniert 135 (nach gesetzl. Messverfahren, Werte nach WLTP) - www.autohaus-koenig.de



Teltow: Warthestr. 17, Telefon 03328 3378300 - Berlin-Charlottenburg, am Salzufer: Franklinstr. 28-29, Telefon 030 36751770 - Autohaus Gotthard König GmbH (Sitz: 10829 Berlin-Schöneberg, Kolonnenstr. 31, Telefon 030-7895670) - über 60x in Deutschland

Hungrig aufs Land

Franziska Kramer baute sich in Dannenwalde ein Studio für Ayurveda-Ernährungsberatung auf, von wo aus sie unter dem Label Nahrungsglück gesunde Küche und Wissen rund ums Thema vermittelt

Von Matthias Anke

Dannenwalde. Das Glück dieser Erde steht auf dem Herde. Oder so ähnlich. Pferde waren es jedenfalls nicht, die Franziska Kramer einst nach Dannenwalde zogen und auf deren Rücken eben jenes Glück ja eigentlich liegen soll.

Nein, diese Berlinererin zog aufs Dorf vor allem auch wegen des Gartens mit seinen Gewächsen und der Lebensmittel vom Erzeuger vor Ort. Und weil eine so geräumige Küche, die sie in Dannenwalde hat und wo der Eigenanbau in den Topf kommt, in der Stadt eher unüblich wäre.

Mehr noch: Ein ganzes Studio baute sich Franziska Kramer in dem Gumtowers Dorf auf – mit Scheinwerfern, Kameraständern und allem Drum und Dran. Dort gibt sie Ernährungsberatungen und Kochkurse oder lässt andere via Internet an ihrem Tun teilhaben.

„Nahrungsglück“ lautet ihr Label, über das sie auf Onlineplattformen wie Facebook, Instagram oder Pinterest zu finden ist. Die Fangeperiode wächst rasant. Zwei Kochbücher sind auch schon fertig.



Alles steht in Verbindung zueinander und wirkt sich aufeinander aus.

Franziska Kramer
ganzheitliche Ernährungsberaterin

Und obgleich es bei den Gerichten stets quer durch den Gemüsegarten geht, steht über allem nur ein Wort: Ayurveda. Es ist die indische Heilkunst, eine Lebenseinstellung, bei der sich alles ums gesunde Gleichgewicht dreht.

„Man kann und darf damit alles mögliche essen und trinken. Das mache ich auch. Es ist eben nur wichtig, alles bewusst zu tun“, erklärt die 35-Jährige. Sie sitzt in ihrer „Arbeitsküche“, die seit dem Sommer fertig ist. Draußen hat mittlerweile nasses Herbstlaub alles geplättet, die Anbauflächen überdeckt.

Noch vor wenigen Jahren hätte sich Franziska Kramer ihre neue Aufgabe im Traum nicht vorstellen können. Die Frau wuchs im sächsischen Mittweida auf und lebte seit 2008 in Berlin. Dort arbeitete sie in der Hotelbranche im Marketingbereich.

Nebenher setzte sie sich nach und nach mit ihrer Ernährung auseinander. Das wurde regelrecht zum Hobby. „Alles, was ich erfuhr, schrieb ich in einen Blog, um auch andere daran teilhaben zu lassen.“ Aus diesem Onlinetagebuch wurde plötzlich mehr, als die Corona-Pan-



Ernährungsberatung, Kochkurse, Bücher, Onlineseminare: Franziska Kramer richtete sich in Dannenwalde eine Art Kochstudio ein. Ihr Spezialgebiet ist das Thema Ayurveda, eine indische Heilkunst und Lebenseinstellung, bei der sich alles um gesunde Balance dreht.

FOTOS (4): MATTHIAS ANKE

demie ihr die Zeit dafür gab – und der Umzug nach Dannenwalde die neue Basis lieferte.

„Kurse ließen sich plötzlich ja nur noch via Internet geben. Da habe ich mir das so aufgebaut“, erzählt Franziska Kramer mit Blick auf ihre Technik, die überschaubar ist. „Meine Kamera, das ist mein Handy. Die Qualität reichte bisher völlig aus.“ Hinzu kommen ein Notebook, Headset und ein Extra-Monitor.

2019 hatte Franziska Kramer sich die „Fachkompetenz für holistische Gesundheit“ angeeignet. Sie schloss ein Fernstudium an der Naturheilkademie in der Schweiz ab. Und indem sie ihr neues Wissen ständig weitergab, wuchs ihr Nahrungsglück-Blog.

Auf ihrer mittlerweile gewachsenen Internetseite schreibt sie über sich aus dieser Zeit: „Das Erschreckende ist, bevor ich das Fernstudium begann, war ich mir sicher,

dass ich mich gesund ernähre. Ich bin groß, schlank und sportlich gebaut. Was sollte ich also falsch machen? Mit dem Studium habe ich das große Ganze in unserem Körper zu verstehen bekommen, alles steht in

Verbindung zueinander und wirkt sich aufeinander aus.“

Es geht um den Zusammenhang von Ernährung und körperlichen Beschwerden: Verdauungsprobleme, Blähbauch, Menstruations-

schmerzen, migräneartige Kopfschmerzen, Stimmungsschwankungen. „Oft fühlte ich mich träge und müde im Alltag, schnell ausgepowert und energielos. Abends nach der Arbeit war allein der Gedanke ‚was esse ich heute Abend?‘ eine zusätzliche Anstrengung für mich.“

Der Schritt in die Selbstständigkeit folgte mit der Corona-Pandemie, als die Hotelbranche zum Erliegen kam. Grafiken entstanden für ihren öffentlichen Auftritt. „Ich bin aus dem Marketing, das kann ich alleine“, habe sie sich gesagt und meint das bis hin zum Layout für ihre Kochbücher.

Ihr Partner, der im Gumtowers Dorf Vehlau unweit von Dannenwalde aufwuchs und den sie in der Hauptstadt kennenlernte, unterstützte sie dabei. Erst recht, als es um ihr Studio ging. Und dafür aufs Land zurückzukehren, das passte. Darauf

Vier Tipps für unbeschwertes Weihnachtessen

■ Sättigungsgefühl beachten:

Wer seinen Weihnachtsbraten auf dem Teller hat, dem rät Franziska Kramer, unbedingt auf sein Sättigungsgefühl zu achten. „Das gilt im Übrigen auch sonst. Wer also satt ist, darf den angebotenen Nachschlag ruhig ablehnen.“

■ Hungergefühl abwarten:

Nach dem Mittag

muss nicht zwangsläufig eine Kaffeerunde folgen, nur weil die Uhrzeit dafür ran ist. „Erst, wenn sich neuer Hunger einstellt, sollte wieder gegessen werden.“

■ Verdauung entlasten:

Wer eine Mahlzeit auslässt, schadet seinem Körper nicht, da das Verdauungssystem entlastet wird, sagt Franziska Kramer. „Ein klei-

ner Snack zwischendurch, womöglich Lebkuchen oder dergleichen, lieber weglassen.“

■ Bewegung:

Gerade die Weihnachtsfeiertage lassen sich zu schnell im Sitzen verbringen. „Wer sich bewegt, der verdaut besser. Nach einer kleinen Pause nach dem Essen hilft schon ein einfacher Spaziergang.“

Schwierige Gefäß-Operation – bei nur lokaler Betäubung

69-jähriger Patient hätte aus Sicht der Ärzte im Uniklinikum Neuruppin eine Vollnarkose nicht überlebt

Von Andreas Vogel

Neuruppin. Bei einer zweieinhalbstündigen Operation haben Gefäßchirurgen des Uniklinikums Neuruppin in dieser Woche zwei fast sieben Zentimeter große Auswüchungen in der Beckenschlagader eines 69-jährigen Patienten vorsorglich verschlossen. Normalerweise passiert das unter Vollnarkose – doch das war in diesem Falle wegen der schweren Vorerkrankungen nicht möglich, sagt Irene Hinterseher, Fachärztin für Chirurgie und Gefäßchirurgie in Neuruppin.

Der Eingriff bei dem Patienten sei jedoch notwendig gewesen, weil sonst das Risiko groß geworden wäre, dass die Ader mit den enormen Auswüchungen reißen und der Mann dadurch sterben würde. Deshalb entschieden sich die Ärzte in Abstimmung mit dem Patienten für eine lediglich lokale Betäubung. Auswüchungen im Bereich der

Bauch- und Beckenschlagader sind meist gerade einmal 1,5 Zentimeter breit, sagte Carsten Koops, Facharzt

für Gefäßchirurgie. Eine lokale Betäubung hat riesige Vorteile für den Patienten, weil dessen Organismus

dadurch nicht so sehr beansprucht wird wie bei einer Vollnarkose. Allerdings stellt eine lokale Betäubung des Patienten das klinische Personal vor besondere Herausforderungen – weil dieser sich während des Eingriffes plötzlich bewegen und drehen kann. „Es ist ein Grenzspiel“, sagt Irene Hinterseher. Die Ärztin, die zudem erste Vize-Präsidentin der Medizinischen Hochschule Brandenburg in Neuruppin ist, war mit dem minimalinvasiven Eingriff und der Arbeit ihres Teams sehr zufrieden. Vermutlich kann der Mann aus dem Landkreis Oberhavel die Klinik bereits Ende der Woche wieder verlassen.

Im Schnitt operiert die Neuruppiner Gefäßchirurgie derzeit zehn Patienten pro Woche. In den meisten Fällen handele es sich dabei um Männer, so Hinterseher. „Gefäßgesundheit ist eher ein Männerthema.“ Dabei geht es darum, möglichst kein Übergewicht zu haben,



Irene Hinterseher und Carsten Koops sind Fachärzte für Chirurgie und Gefäßchirurgie am Uniklinikum in Neuruppin.

FOTO: ANDREAS VOGEL

sich viel zu bewegen, nicht zu rauchen, auf seinen Blutdruck zu achten und sich ausgewogen zu ernähren. Ziel ist, dass es zu keiner Verkalkung von Arterien (Arteriosklerose) oder Aussackungen von Blutgefäßen (Aneurysma) kommt. Zwar bleibt ein Aneurysma in den meisten Fällen unbemerkt. Doch reißt so eine Aussackung, sterben 80 Prozent der Betroffenen daran.

Das Neuruppiner Krankenhaus sorgt seit einiger Zeit durch ungewöhnliche Eingriffe immer wieder für Schlagzeilen: Im August 2019 gab es die erste Gehirn-Operation bei einem Epileptiker in der Region, im Juni 2021 die erste Wach-Operation bei einem Patienten und im Juni 2022 wurde in der Fontanestadt erstmals ein Baby nach einer Eierstocktransplantation geboren.

Ihr Gewinn
8 Autowäschen für 50 €
Gesponsert von:
AH Füllgraf Neuruppin GmbH

Ihr Volkswagen Partner
Autohaus Füllgraf
Neuruppin GmbH

Am 11.12. bis 18 Uhr anrufen:
0137 9880 838
(Versatel, 0,50 €/Anruf aus dem dt. Festnetz, Mobilfunk ggf. abweichend)

MAZ-Adventskalender
Ihr Gewinn am 11.12.

508421001_003022